REVIEW 2025-2026

TENDINȚE & RECOMANDĂRI PENTRU RESTAURANTE

DE 30 DE ANI

PUNEM RO ÎN METRO. ÎMPREUNĂ.

METRO

SUCCESUL TĂU E AFACEREA NOASTRĂ

ANUL CONTRASTELOR ÎN BUCĂTĂRIE

TENDINȚELE ALIMENTARE ÎN 2026: ÎNTRE OPULENȚĂ ȘI SIMPLITATE

Pe de o parte, anul acesta se remarcă preparatele îndrăznețe, pline de culoare, arome și influențe internaționale, care cuceresc farfuriile. Pe de altă parte, se simte tot mai mult dorința de a reveni la simplitate: rețete autentice, cu ingrediente naturale, fără artificii inutile.

Tot mai mulți bucătari aleg să lucreze cu produse locale, cât mai puțin procesate. Pe lângă gustul autentic, această abordare aduce un plus de eficiență și profitabilitate, mai ales prin meniuri sezoniere sau ediții limitate. Trendurile culinare care se viralizează în mediul online continuă să inspire și să influențeze preferințele consumatorilor, crescând vizibilitatea și aducând idei noi în bucătărie.

Deși este o perioadă marcată de incertitudini economice, consumatorii sunt tot mai atenți la ceea ce aleg: de la soluții echilibrate și sănătoase, la respectarea unui buget sau, pur și simplu, la curiozitatea de a descoperi gusturi noi care să le scoată mesele din rutină. Dorința de experiențe gastronomice este mai puternică decât oricând.

Astfel, 2026 aduce o provocare clară pentru profesioniști: să rămână creativi, dar și atenți la eficiență și la valorificarea inteligentă a ingredientelor disponibile.

Ce urmează în gastronomie?

Care sunt ingredientele-vedetă, elementele de plating sau băuturile care cuceresc clienții în 2026? Descoperă în acest ghid cum poți adapta meniul restaurantului tău la noile tendințe și cum să le transformi în experiențe memorabile.

4 4 MOTIVE PENTRU O SCHIMBARE DE MENIU

6 RESTAURANT CLASIC/ INTERNAȚIONAL

10 PIZZERIE

14 MATCHA - BĂUTURA ANULUI

15 INDUSTRIA OSPITALITĂȚII DIN ROMÂNIA PENTRU 2026

16 RESTAURANT TRADIȚIONAL ROMÂNESC

20 RESTAURANT SPECIALIZAT

24 RESTAURANT FINE DINING

30 FAST-FOOD/FOOD-TRUCKS

34 METRO CHEF - INGREDIENTELE SUCCESULUI ÎN BUCĂTĂRIE!

36 SFATURI ESENȚIALE PENTRU MENIURI FĂRĂ ALERGENI

38 PUB & BISTRO

42 CAFENELE/BARURI

46 COFETĂRIE

50 FISTIC - INGREDIENTUL ANULUI

51 MENIURI PENTRU COPII

52 ADAPTAREA MENIURILOR LA ULTIMELE TENDINȚE - AVANTAJE/DEZAVANTAJE

4 MOTIVE PENTRU O SCHIMBARE DE MENIU

Cifrele spun că e nevoie de o schimbare

Atunci când vânzările restaurantului stagnează, iar analiza datelor despre frecvența clienților și feedback-ul acestora nu arată rezultate la nivelul așteptărilor, este momentul potrivit să te gândești la o schimbare de meniu.

Profită de produse de sezon

Un meniu construit în jurul ingredientelor de sezon îți oferă flexibilitate pentru a adapta preparatele și ofertele în funcție de disponibilitatea produselor. În acest fel, eficientizezi costurile, gestionezi mai ușor stocurile și reduci risipa alimentară.

Urmărește tendințele din piață

Fie că adaugi preparate în trend sau experimentezi cu rețete noi, un meniu conectat la preferințele actuale transmite clienților că restaurantul tău este mereu în pas cu noutățile și te diferențiază de concurență.

Schimbarea este mereu binevenită!

Pentru a păstra food cost-ul sub control și a ține ritmul cu prețurile pieței, este recomandat să-ți actualizezi meniul măcar o dată pe an. Nu e nevoie de o reinventare completă sau de adăugarea unor preparate noi, câteva ajustări pot face diferența. Este pur și simplu un prilej bun să analizezi ce funcționează și ce poate fi îmbunătățit.

Ca să poți face schimbări în meniu mai ușor,
îți propunem o metodă de a clasifica preparatele:

VEDETE
preparate cu randament ridicat pe scara rentabilității și foarte populare

CLASICE
mâncăruri cu o rentabilitate scăzută, dar cu un nivel ridicat de popularitate

SPECIALITĂȚI
preparatele profitabile, dar destinate unui segment mai restrâns de clienți

FĂRĂ IMPACT
mâncărurile cu popularitate și rentabilitate scăzute

RESTAURANT CLASIC & INTERNAȚIONAL

În 2026, proprietarii de restaurante din România ar trebui să ia în considerare includerea unor opțiuni pe bază de plante și sustenabile, deoarece consumatorii pun tot mai mult accent pe sănătate și pe impactul asupra mediului. Investiția în ingrediente de calitate superioară și adoptarea unor meniuri sezoniere pot ajuta la diferențierea localului într-o piață competitivă.

Meniurile tipice ale restaurantelor clasice și internaționale includ o varietate de bucătării și evidențiază preparate emblematice precum **Beef Wellington, Ratatouille, Risotto Milanese** sau **Coq au Vin.** Deserturile includ adesea preparate precum **Crème Brûlée, Tiramisu** sau **Pavlova.**

Accentul se va muta probabil către crearea unor experiențe culinare personalizate. Acest lucru poate însemna să le permiți clienților să-și adapteze preparatele conform preferințelor personale și nevoilor dietetice.

TENDINȚE GENERALE DE CONSUM

- Interes tot mai mare pentru opțiunile pe bază de plante
- Cerere crescută pentru mâncăruri sănătoase și variante mai ușoare (ex: low-carb, fără gluten)
- Apreciere pentru bucătăria fusion internațională, care combină ingrediente românești cu arome asiatice sau mediteraneene
- Preferință pentru ingrediente sezoniere și locale autentice
- Interes în creștere pentru condimente și arome deosebite

ADAPTAREA MENIULUI ÎN FUNCȚIE DE TENDINȚE

- Introdu opțiuni vegane și vegetariene, dar și versiuni low-calories ale preparatelor clasice
- Folosește condimente și arome internaționale adaptate specificului localului
- Creează meniuri de sezon pentru a păstra oferta proaspătă și interesantă. Ex: vara poți integra preparate pe bază de roșii, iar toamna mâncăruri cu dovleac sau ciuperci
- Oferă o selecție de aperitive cu ingrediente locale. **Ex: un platou de brânzeturi combinat cu mezeluri**
- Reinventează deserturile clasice. **Ex: papanași serviți cu înghețată**
- Rotește preparatele în funcție de tematică **(ex: săptămâna italiană, săptămâna thailandeză)**
- Dezvoltă „signature dishes" care să reprezinte identitatea restaurantului

PLATING

- Plating simplu și elegant, cu accent pe evidențierea ingredientelor
- Evidențiază culorile și texturile pentru a face preparatele atractive vizual

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Cotlet de miel în crustă de ierburi și mămăligă cremoasă cu parmezan cu șalotă coaptă, usturoi infuzat în aceto balsamic, sfeclă baby și ulei aromat în mentă

Timp de preparare: 40 min. | 10 porții | 350 g/porție | ~48 lei/porție

- Cotlet de miel - 2 kg
- Mălai - 300 g
- Unt 82% grăsime - 200 g
- Parmezan maturat 12 luni - 200 g

Șalotă - 300 g

- Usturoi - 100 g
- Aceto balsamic - 500 g
- Sfeclă baby - 300 g
- Pesmet - 300 g
- Cimbru - 100 g
- Pătrunjel - 100 g
- Mentă - 100 g
- Ulei de măsline 82% grăsime - 200 ml

Sare - 100 g

- Piper - 100 g

Zahăr - 200 g

- Muștar - 100 g

Micro plante de mazăre - 50 g

Cotletul de miel se curăță și se fasonează, se asezonează cu sare și piper, după care se pune într-o tigaie încinsă, pe ambele părți, până când se rumenește, apoi se bagă la cuptor la 160°C timp de 10 minute.

Pentru mămăligă, se pune la fiert 600 ml apă cu sare, iar când începe să fiarbă se adaugă mălaiul treptat până când este fiartă; la final se adaugă parmezanul și se lasă la temperat.

Oțetul balsamic se pune la fiert cu zahărul, iar când începe să fiarbă se pun căței de usturoi; se lasă la fiert 30 de minute și se țin în lichid până la servire.

Cimbrul și pătrunjelul se toacă foarte mărunt și se amestecă cu pesmetul. Când mielul este gata, se unge cu muștar și se tăvălește prin ierburile cu pesmet până se formează o crustă. Se porționează înainte de servire, aproximativ 180 g.

Șalota și sfecla baby se coc la cuptor la 120°C timp de 40 de minute. Se montează toate ingredientele pe farfurie și se decorează cu microplante de mazăre.

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Supă cremă de dovleac cu semințe prăjite

Timp de preparare: 60 min. | 10 porții | 250 g/porție | ~8,9 lei/porție

Dovleac - 5 kg

- Cremă de gătit 20% grăsime - 600 ml
- Unt 82% grăsime - 500 g
- Ceapă - 300 g
- Morcov - 300 g
- Semințe de dovleac - 200 g
- Semințe floarea soarelui - 200 g

Pâine integrală - 500 g

Sare - 20 g

- Piper - 20 g
- Boia ardei dulce - 20 g
- Usturoi granulat - 20 g
- Ulei de măsline extravirgin - 100 ml

Dovleacul se curăță și se spală, ceapa și morcovul se curăță și se spală, după care se pun toate la călit. Se adaugă apă până când se acoperă totul și se fierbe aproximativ 45 de minute.

Pâinea se taie cuburi, se amestecă cu sare, piper, boia, usturoi granulat și ulei de măsline, după care se pune totul la cuptor la 160°C timp de 10 minute. Semințele se pun într-o tigaie antiaderentă și se prăjesc până devin rumene.

Când dovleacul este fiert, se scurge de apă și se blenduiește până devine cremos. Se adaugă 500 ml cremă de gătit și untul rămas. Se potrivește gustul cu sare și piper.

Se montează într-un bol adânc și se decorează cu mixul de semințe care a fost prăjit într-o tigaie antiaderentă timp de 3 minute, crutoane și câteva picături de cremă de gătit.

PIZZERIE

Cu un stil de viață tot mai alert, consumatorii preferă din ce în ce mai mult mesele rapide. Pizzeriile din România au evoluat și creează astăzi o atmosferă primitoare, cu bucătării deschise, unde clienții pot vedea cum sunt pregătite pizzele în cuptoare pe lemne. Această abordare sporește autenticitatea experienței culinare și adaugă un plus de transparență procesului de gătire.

Pizzeriile rămân o alegere populară, iar tendințele pentru 2026 favorizează pizza clasică, precum **Margherita, Pepperoni** și **Quattro Formaggi**. În același timp, câștigă popularitate aluatul cu maia sau fără gluten, pizza albă cu bază de béchamel, pizzele desert (cu Nutella și fructe) sau calzone. Proprietarii de pizzerii ar trebui să se concentreze pe îmbunătățirea calității aluatului și a ingredientelor folosite, cum ar fi legumele locale, brânzeturile și carnea. Opțiunile de livrare și la pachet sunt esențiale pentru orice local, la fel și folosirea ambalajelor ecologice.

TENDINȚE GENERALE DE CONSUM

- Consumatorii caută opțiuni variate de blaturi – fără gluten, cu cereale integrale sau alte alternative
- Și aici, se remarcă interesul pentru preparate pe bază de plante, pizze vegetariene sau vegane
- Pizza personalizată este un alt trend, cu libertatea de a alege dintr-o gamă largă de topping-uri și sosuri
- Interesul crescut pentru livrare rapidă și comenzi la pachet, optimizate și convenabile
- Dorința de experiență autentică a unei pizza coapte pe lemne sau preparată artizanal

ADAPTAREA MENIULUI ÎN FUNCȚIE DE TENDINȚE

- Adaugă în meniu pizza de sezon și specialitatea casei
- Încearcă diferite baze de sos pentru a aduce arome noi
- Experimentează cu influențe internaționale.
  Ex: pizza în stil grecesc, sicilian sau mexican
- Oferă diverse dimensiuni de pizza
  Ex: normală, family, mini pizza
- Ia în considerare utilizarea unui aluat tradițional sau a unui proces de fermentație mai lung
- Oferă recomandări de asortare cu beri sau vinuri
- Creează oferte pentru familii sau grupuri
- Pune la dispoziție opțiuni de pizza „jumătate-jumătate" sau complet personalizate

PLATING

- Plating rustic pe plăci de lemn sau pietre
- Așezarea ingredientelor în așa fel încât să creeze un contrast de culori

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Pinsa romana cu mortadella cu fistic și cremă de burrata

Timp de preparare: 30 min. | 10 porții | 350 g/porție | ~17 lei/porție

- Blat Pinsa Romana - 10
- Sos pizza cu verdețuri - 1 kg
- Mortadella cu fistic - 1 kg

Burrata - 1 caserolă

Lămâie - 100 g

- Ulei de măsline extravirgin - 100 ml

Pe blatul Pinsa Romana se pun 100 g de sos de roșii cu verdețuri, apoi se bagă la cuptor la 200°C timp de 3 minute.

Burrata se zdrobește cu o furculiță și se amestecă cu zeamă de lămâie și puțin ulei de măsline.

Când pizza este gata, se scoate din cuptor, se adaugă feliile de mortadella și câteva linguri de cremă de burrata, apoi se mai pune la cuptorul încins pentru încă 1 minut.

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Pizza cu blat integral, cremă de dovleac, brânză de capră și nuci

Timp de preparare: 130 min. | 10 porții | 180 g/porție | ~16 lei/porție

Făină integrală - 1 kg

Făină albă pentru pizza - 250 g

Apă caldă - 1 L

Drojdie uscată - 25 g

Sare - 10 g

Ulei de măsline extravirgin - 200 ml

Dovleac - 3 kg

Zahăr - 50 g

Nuci - 500 g

Brânză de capră - 1 kg

Făina albă și făina integrală se pun într-un robot sau malaxor. Separat, se amestecă drojdia cu zahărul și 100 ml de apă caldă. Se pornește robotul și se începe mixarea, adăugând treptat amestecul de apă cu drojdie, sarea, uleiul de măsline și restul cantității de apă.

Când aluatul este gata, se scoate într-un vas și se lasă la dospit aproximativ 2 ore. Se formează 10 paline, care se pot folosi în aceeași zi sau, pentru o calitate mai bună, se pot utiliza a doua zi.

Dovleacul se taie în bucăți mari, cu coajă, și se coace la 160°C timp de 1 oră. Când este gata, se curăță de coajă și se pune la blender, obținându-se o cremă fină.

Palinele se întind și se coc la 250°C timp de 4 minute. Când sunt gata, se scot, se întinde crema de dovleac, se presară nuci sparte și bucăți de brânză de capră, apoi se mai pun la cuptor încă 1 minut.

Când sunt gata, se stropesc cu puțin ulei de măsline.

MATCHA

BĂUTURA ANULUI

Matcha cucerește România pas cu pas și devine băutura preferată pentru 2026. Pudra fină de ceai verde japonez nu mai este doar un ingredient exotic, ci un fenomen prezent în cafenele, cofetării și restaurante.

De ce atrage atât de mult?

- Este un superfood, cu beneficii recunoscute pentru sănătate: bogat în antioxidanți, oferă energie de durată, fără fluctuațiile bruște provocate de cafeina clasică.
- Este extrem de versatil: îl regăsim în latte-uri cremoase, smoothie-uri revigorante, cocktail-uri, prăjituri sau chiar înghețată.
- Se aliniază cererii pentru produse „instagramabile" – băuturile cu matcha atrag prin nuanța lor vibrantă de verde.

Preparatele momentului cu matcha

- Matcha Latte & Iced Matcha Latte
- Cheesecake cu matcha
- Înghețată de matcha
- Tiramisu reinterpretat cu matcha
- Cocktail-uri pe bază de matcha & gin

În România, matcha devine rapid un must-have în meniul cafenelelor și un semn clar că localul este conectat la trendurile internaționale.

STATISTICI & INFORMAȚII DESPRE INDUSTRIA HORECA

41,5%

dintre profesioniștii din HoReCa se așteaptă ca segmentul QSR (Quick Service Restaurant) și Fast Casual să înregistreze cea mai mare creștere în 2026.

29,3%

estimează o extindere continuă a serviciilor de take-away și livrare.

51,4%

dintre profesioniștii din industrie consideră că sustenabilitatea va transforma ospitalitatea începând cu 2026 și în anii următori.

55,8%

menționează inovația în servicii și meniuri.

21,5%

menționează importanța creșterii investițiilor în marketing și publicitate.

18,8%

menționează reducerea costurilor operaționale.

Segmentul de fine dining și experiențe culinare este, de asemenea, prevăzut pe o tendință ascendentă.

Datele provin dintr-un sondaj desfășurat în perioada octombrie–noiembrie 2024 de **Hospitality Culture Institute**, pe un eșantion de 200 de manageri și antreprenori de top din HoReCa. Misiunea organizației este de a identifica tendințe cu impact economic, social, politic și cultural și de a împărtăși know-how și soluții aplicate.

Hospitality Culture Institute reunește lideri din ospitalitate, profesioniști din diverse industrii, arhitecți, reprezentanți media, antreprenori și manageri.

METRO

RESTAURANT TRADIȚIONAL ROMÂNESC

Preferințele consumatorilor se îndreaptă din nou către mâncăruri tradiționale, cum ar fi supele, tocănițele și pâinea de casă. În ultimii ani, restaurantele tradiționale românești au înregistrat o creștere constantă, pe măsură ce tot mai mulți turiști vizitează țara. Bucătăria românească devine tot mai atractivă, în special în perioadele festive precum Crăciunul și Paștele, când preparate precum sarmalele și cozonacul sunt în mare căutare.

Un meniu tradițional românesc include preparate emblematice precum **sarmale, mămăligă, ciorbă de burtă, mititei, piftie, zacuscă, papanași** și **cozonaci**. Multe restaurante aleg să împartă meniurile pe regiuni (Transilvania, Moldova etc.) și să includă descrieri bilingve (română și engleză) pentru a atrage turiștii internaționali. Adăugarea unor sugestii de vinuri locale sau băuturi tradiționale sporește atractivitatea ofertei.

Privind spre 2026, restaurantele tradiționale românești se vor concentra pe evidențierea diferențelor regionale și pe prezentarea diversității gastronomice a țării. Pentru turiști, experiența contează dincolo de farfurie: decorul, muzica, poveștile din spatele rețetelor și semnificația culturală pot crea o conexiune mai profundă cu România. Alte tendințe importante sunt folosirea codurilor QR pentru a povesti originea preparatelor și introducerea opțiunilor vegetariene sau fără gluten, pentru a răspunde nevoilor dietetice actuale.

TENDINȚE GENERALE DE CONSUM

- Clienții caută preparate care evocă nostalgia – sarmale, ciorbă de burtă, mititei
- Consumatorii apreciază variante mai sănătoase ale mâncărurilor tradiționale – carne la grătar în loc de prăjită, sosuri cu mai puțină grăsime, porții cu mai multe legume
- Tot mai mulți clienți aleg preparate vegane sau vegetariene, precum zacusca, mămăliga cu ciuperci sau legumele la cuptor
- Experiența autentică este asociată cu metodele tradiționale de gătit

ADAPTAREA MENIULUI ÎN FUNCȚIE DE TENDINȚE

- Variază oferta cu preparate sezoniere. **Ex: ciorbă de legume vara, tochitură iarna**
- Evidențiază specialitățile regionale. **Ex: gulyas transilvănean, poale-n brâu moldovenești**
- Asociază preparatele cu vinuri locale, țuică sau bere artizanală
- Scoate în evidență proveniența locală a ingredientelor. **Ex: brânză afumată din Transilvania**
- Folosește elemente de decor tradițional (lemn, ceramică, port popular)
- Celebrează sărbătorile românești (Mărțișor, 1 Decembrie)
- Include descrieri scurte și originea preparatelor, pentru turiști

PLATING

- Folosește ceramică sau platouri de lemn pentru un aspect rustic, care accentuează atmosfera „ca acasă”

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Piept de pui frăgezit, mămăligă cu brânză de burduf, ragout de ciuperci și esență de tarhon

Timp de preparare: 4 ore | 10 porții | 380 g/porție | ~27 lei/porție

Piept de pui cu piele proaspăt - 2 kg
Pulpe de pui cu os proaspete - 1 kg
Mix ciuperci congelate - 1.5 kg
Mălai - 1.5 kg
Unt 82% grăsime - 200 g
Brânză de burduf - 300 g
Cremă de gătit 20% grăsime - 1 L
Tarhon - 1 caserolă
Ceapă albă - 200 g
Usturoi - 200 g
Pătrunjel - 100 g
Ulei de măsline extravirgin - 300 ml

PRODUSE EXCLUSIV DIN GAMA METRO Chef

Pulpele de pui se dezosează și se toacă la mașina de tocat. Oasele și pielea se pun la fiert în apă cu sare, obținându-se aproximativ 3 L de supă de pui. Se călesc 500 g de ciuperci mixte și se amestecă cu pulpa tocată, la care se mai adaugă sare, piper și 50 g de usturoi tocat, formându-se o farsă. Farsa se pune într-un poș; la pieptul de pui se face un mic buzunar sub piele, fără a tăia carnea, și se umple cu farsa din pulpa de pui, după care se uniformizează atent cu mâna. Când este gata, se videază și se gătește la aparatul de sous-vide la 70°C timp de 3 ore.

Se pune la fiert jumătate din supa de pui cu sare și se pregătește mămăliga; când este aproape gata, se adaugă untul și brânza de burduf. Se toarnă într-o tavă și se lasă la răcit peste noapte. A doua zi, se taie în formă de lingou și se pune pe grătar pentru a deveni crocantă.

Ceapa se toacă mărunt și se călește cu usturoiul, se adaugă restul de supă de pui și se lasă la fiert timp de 30 de minute, apoi se adaugă crema de gătit, sare și piper și se mai lasă la fiert încă 30 de minute la foc mic.

Când este gata, puiul se scoate din pungă și se prăjește în puțin ulei de măsline, pe toate părțile, timp de 1 minut pe fiecare parte. Tarhonul se pune într-un blender cu uleiul de măsline și se blenduiește până devine omogen.

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Papanași reinterpretați cu brânză de capră, cremă de brânză dulce, miere de salcâm și nuci crocante caramelizate

Timp de preparare: 45 min. | 10 porții | 280 g/porție | ~16 lei/porție

- Făină albă tip 000 - 300 g
- Brânză de capră - 300 g
- Brânză de vaci 0,5% grăsime - 200 g
- Smântână dulce 32% grăsime - 200 g
- Ouă - 2
- Cremă de brânză - 200 g

Esență de portocale - 50 ml
Bicarbonat - 50 g
Sare - 10 g

- Miere de salcâm - 300 g
- Miez de nucă - 200 g

Zahăr vanilat - 30 g

Brânza de capră și brânza de vaci se amestecă cu ouăle și zahărul vanilat până se omogenizează. Se adaugă esența de portocale, bicarbonatul și sarea, după care se toarnă treptat făina până când se obține o cocă ușor lipicioasă.

Se formează gogoșele sferice de aproximativ 100 g și se prăjesc în ulei încins până când se rumenesc frumos.

Nucile se stropesc cu 100 g de miere și se pun la cuptor la 120°C timp de 10 minute.

Crema de brânză se amestecă cu smântâna pentru a forma o pastă fină.

RESTAURANT SPECIALIZAT

Consumatorii sunt tot mai atrași de restaurante care se concentrează pe un singur tip de preparat și îl fac excepțional de bine. Fie că este vorba despre un restaurant cu sushi în centrul orașului sau o patiserie franceză, clienții caută locații cu un focus clar pe o anumită specialitate. De la cooking show-uri la meniuri de degustare, această tendință este vizibilă mai ales în restaurantele cu stele Michelin sau în cele de gastronomie experimentală, unde masa face parte dintr-o călătorie senzorială completă.

La nivel global, restaurantele specializate sunt într-o creștere constantă, prosperând în special în **zonele metropolitane**, unde publicul pentru dining de nișă este mai numeros. Un steakhouse sau un restaurant asiatic beneficiază de obicei de o clientelă fidelă, mai ales în centrele urbane. În plus, bucătăriile de specialitate câștigă tracțiune la scară internațională, pe măsură ce oamenii devin tot mai curioși să descopere preparate regionale din alte culturi. Accesibilitatea acestor experiențe s-a extins și mai mult prin opțiunile de livrare și takeaway, o tendință accelerată după pandemie.

TENDINȚE GENERALE DE CONSUM

- Consumatorii caută produse de calitate superioară și sunt dispuși să plătească pentru ele
- Oaspeții apreciază când există băuturi potrivite meniului – vinuri, beri artizanale sau cocktail-uri complementare
- Există un interes în creștere pentru fusion sushi (ex: sushi combinat cu vită sau alte proteine netradiționale)
- În creștere este și interesul pentru o varietate de fructe de mare – calamar, caracatiță, scoici etc.
- Consumatorii se lasă atrași de deserturi inspirate din alte bucătării – matcha cheesecake, yuzu tart, mochi
- Se caută experiențe interactive – bucătării deschise, gătire pe piatră fierbinte, meniuri tematice sau degustări

ADAPTAREA MENIULUI ÎN FUNCȚIE DE TENDINȚE

- Creează signature dishes care definesc clar nișa restaurantului tău
- Include în meniu preparate cu ingrediente proaspete și locale **(ex: capturi sezoniere pentru fructe de mare)**
- Oferă opțiuni de personalizare – **de exemplu, la paste clienții pot alege tipul de sos sau topping-uri**

PLATING

- Pune accent pe elementul principal din farfurie
- Oferă porții echilibrate, evitând supraîncărcarea
- Folosește veselă de calitate, care adaugă valoare vizuală
- Asigură un echilibru între culori și texturi, pentru un impact vizual memorabil

METRO

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

File de calcan cu piure de praz, dovlecel baby, arancini cu creveți și spumă de lămâie

Timp de preparare: 45 min. | 10 porții | 350 g/porție | ~44 lei/porție

- File de calcan - 2 kg
- Praz - 2 kg
- Cremă de gătit 20% grăsime - 1 L
- Dovlecel baby - 500 g
- Orez arborio - 200 g
- Ceapă albă - 300 g
- Creveți 16/20 - 500 g
- Parmezan - 100 g
- Ouă - 3
- Făină tip 000 - 200 g
- Pesmet panko - 200 g
- Cartofi pentru fiert - 300 g
- Unt 82% grăsime - 400 g

Lămâie - 300 g
Vin alb sec - 300 ml

Jumătate din cantitatea de ceapă se toacă mărunt și se călește împreună cu orezul. Se adaugă apă treptat până când se obține un risotto legat; la final se adaugă parmezanul și se temperează.

Creveții se călesc separat, iar când sunt gata se taie în bucăți mari și se adaugă în risotto. Se temperează, apoi se formează chiftele mari, care se dau prin făină, ou și pesmet, după care se prăjesc până devin aurii.

Calcanul se porționează și se gătește pe plită. Prazul se taie în bucăți mari și se călește împreună cu cartoful curățat și tăiat; se adaugă apă și se lasă la fiert. Când este gata, se face un piure, adăugându-se 200 g unt și 500 ml cremă de gătit.

Dovlecelul se blanșează în apă fierbinte, apoi se răcește în apă cu gheață. Înainte de servire, se introduce la cuptor la 160°C timp de 3 minute.

Restul de ceapă se călește în unt, se adaugă vinul și sucul de lămâie și se lasă la fiert până când se reduce la jumătate din cantitatea inițială. Se adaugă cremă de gătit și se mai fierbe aproximativ 10 minute la foc mic. Sosul se strecoară și se pune într-un sifon cu aer comprimat.

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Tacos fusion cu pește prăjit, varză murată și sos de iaurt cu lime

Timp de preparare: 30 min. | 10 porții | 400 g/porție | ~29 lei/porție

- File cod de Alaska - 2 kg
- Făină albă tip 000 - 800 g
- Praf de copt - 50 g
- Sare - 50 g
- Boia dulce - 50 g
- Bere blondă - 500 ml
- Varză albă - 1 kg
- Oțet - 100 ml
- Oregano - 1 g
- Iaurt 2.8% grăsime - 300 g
- Lime - 100 g
- Ulei de măsline extravirgin - 100 ml
- Tortilla - 20

Fileul de cod se porționează în batoane de aproximativ 100 g. Făina se amestecă cu praful de copt, sarea și boiaua, după care se adaugă berea, amestecând continuu pentru a obține un aluat omogen. Peștele se dă prin aluat, apoi se prăjește în baie de ulei până devine auriu și crocant.

Varza se toacă mărunt și se amestecă cu oțet, apă și sare. Iaurtul se amestecă cu ulei de măsline și suc de lime până se formează un dressing cremos.

Înainte de servire, tortilla se încălzește pe plită sau într-o tigaie.

RESTAURANT FINE DINING

Deși odinioară rezervat pentru ocazii speciale sau asociat cu celebrele stele Michelin, fine dining-ul a evoluat și îmbrățișează acum un public mai larg, combinând tradiția cu modernitatea. Aceste restaurante atrag clienți care apreciază atenția la detalii și care își doresc să transforme o masă într-un eveniment memorabil.

Meniurile de degustare și preparatele „signature", acompaniate de pairing-uri cu vinuri selecte, rămân elemente centrale. Decorul elegant, atmosfera intimă și atenția meticuloasă la fiecare detaliu creează cadrul perfect pentru o experiență sofisticată.

În 2026, scena fine dining este dominată de ingrediente premium și combinații unice. **Pieptul de rață glazurat, deserturile deconstruite, trufele** și **fructele de mare** sunt printre preferatele clienților. Totodată, meniurile de degustare și băuturile artizanale câștigă teren.

TENDINȚE GENERALE DE CONSUM

- Clienții caută o experiență completă – servicii impecabile, atmosferă sofisticată, prezentare exclusivistă
- Consumatorii sunt atrași de meniuri de degustare, care le oferă varietate și surpriză
- Se remarcă interesul pentru ingrediente locale și pentru folosirea completă a produselor, cu scopul de a reduce risipa
- Tot mai mulți oaspeți apreciază gastronomia moleculară – gătit sous-vide, spume, geluri și alte tehnici moderne
- Pairing-urile de vinuri și băuturi artizanale devin parte integrantă a experienței

ADAPTAREA MENIULUI ÎN FUNCȚIE DE TENDINȚE

- Adaugă meniuri de degustare cu mai multe feluri, pentru a oferi o experiență memorabilă
- Construiește o poveste în jurul preparatelor, pentru a implica emoțional clienții
- La aperitive, alege preparate rafinate precum **carpaccio sau tartar, care impresionează prin finețe și gust**
- Pentru felurile principale, mizează pe ingrediente emblematice **(ex: vită Wagyu, mille-feuille reinterpretat)**
- Încheie masa cu un desert artistic, de tip **lava cake, tiramisu reinterpretat sau sorbet**

PLATING

- Folosește porțelan fin și aranjamente care pun în valoare estetica vizuală
- Adoptă un stil minimalist, care lasă ingredientul să vorbească
- Joacă-te cu stratificarea texturilor – crocant, cremos, fraged
- Creează contraste cromatice (ex: piure roșu de sfeclă pe o farfurie albă)
- Valorifică vesela variată – porțelan, ardezie, marmură, ceramică

METRO

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Mușchi de vită maturat cu mille feuille de cartofi, mousse de vinete cu chives, fenicul crocant, roșii deshidratate și sos de foie gras

Timp de preparare: 50 min. | 10 porții | 400 g/porție | ~49 lei/porție

- Mușchi de vită proaspăt Irlanda - 2 kg
- Ficat de gâscă - 300 g
- Cartofi albi - 3 kg
- Trufe în ulei - 100 g
- Unt 82% grăsime - 500 g
- Vinete - 2 kg
- Chives - 30 g
- Fenicul - 100 g

Roșii - 200 g
Vin roșu demisec - 1 L
Demi-glace - 1 L

- Ceapă - 500 g
- Morcov - 500 g
- Țelină - 500 g

Sare - 50 g

- Făină tip 000 - 200 g

Mușchiul de vită se fasonează și se porționează la 180 g, apoi se gătește în tigaie cu puțin unt, până ajunge la gradul de gătire dorit.

Cartofii se curăță și se taie felii foarte subțiri, se amestecă cu unt topit și trufe, apoi se gătesc la cuptor la 150°C timp de 50 de minute. Se scot și se presează cu o altă tavă peste noapte. A doua zi, se scot din tavă și se porționează în formă dreptunghiulară; înainte de servire, se pun pe grătar pe toate părțile, aproximativ 30 de secunde pe fiecare parte.

Vinetele se coc la cuptor, se curăță și se toacă mărunt, apoi se amestecă cu sare și chives tocat și se servesc ușor calde. Roșiile se feliază foarte subțiri și se pun la deshidratat sau la cuptor, acoperite cu hârtie de copt, la o temperatură de maximum 100°C. Feniculul se taie fâșii subțiri, se dă prin făină și se prăjește la foc încins până devine crocant.

Ceapa, morcovul și țelina se curăță, se taie cuburi și se călesc împreună; se adaugă vinul și se lasă la redus până scade aproximativ la jumătate din cantitatea inițială. Când s-a redus, se adaugă demi-glace-ul și se lasă la fiert până se reduce. Sosul se strecoară, apoi se adaugă ficatul de gâscă tăiat cubulețe, după care se mai fierbe 3 minute.

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Carpaccio de vită cu ulei de trufe și mix de salate

Timp de preparare: 3 ore | 10 porții | 180 g/porție | ~34 lei/porție

- Mușchi de vită proaspăt Irlanda - 1.5 kg
- Sare - 10 g
- Piper - 10 g
- Ulei de trufe - 50 ml
- Vlăstari de busuioc - 100 g
- Vlăstari de ridichie - 100 g
- Vlăstari de broccoli - 100 g
- Capere - 50 g

Mușchiul de vită se fasonează și se asezonează cu sare și piper. Se învelește strâns în folie alimentară și se pune la congelator pentru aproximativ 2–3 ore, după care se feliază foarte subțire și se așază pe farfurie.

Mixul de vlăstari se așază peste carpaccio și se stropește cu ulei de trufe.

CARNE

Dacă până acum carnea însemna aproximativ două treimi din conținutul unei farfurii, în viitor se conturează o tendință către un echilibru mai mare între proteine și vegetale. Se estimează că o porție va conține în medie **50% legume, fructe și alte alimente vegetale și 50% carne, ouă sau alte ingrediente de origine animală.**

Analiza comportamentului de consum arată o creștere a interesului pentru carnea de pui.

PEȘTE

La nivel global, consumul de pește și fructe de mare este în creștere, susținut de popularitatea **dietelor pescetariene** (o dietă vegetariană care include pește și fructe de mare).

Dacă în urmă cu 10–15 ani preparatele din pește se găseau doar în restaurante de specialitate, astăzi aproape fiecare meniu are cel puțin un fel pe bază de pește.

În România, interesul este în creștere și reprezintă o oportunitate importantă pentru operatorii HoReCa.

PIZZA

Industria pizzei a cunoscut o **creștere accelerată** în pandemie, iar cererea s-a menținut ridicată până astăzi. Pizza este unul dintre cele mai consumate preparate la nivel global și rămâne extrem de relevantă pentru HoReCa: este profitabilă, ușor de adaptat și un motor constant pentru vânzări.

Unul dintre principalii factori ai acestei creșteri îl reprezintă **comenzile online și livrările**, unde pizza este alegerea preferată a consumatorilor.

Odată cu creșterea comenzilor, restaurantele au diversificat ofertele – combinații inedite de ingrediente, meniuri speciale sau variante adaptate dietelor moderne.

România ocupă **locul al doilea în Europa** la consumul de pizza, ceea ce arată potențialul uriaș al acestui segment.

PASTE

Cererea pentru paste este în creștere constantă de mulți ani. Doar în România, **consumul s-a triplat din 2010 până în prezent**. Principalul motiv este varietatea mare de sortimente și preparate care pot fi incluse în meniu.

Pe lângă pastele tradiționale, au apărut și **variante alternative** – din legume, făină integrală sau fără gluten, ceea ce arată adaptabilitatea industriei de a răspunde rapid tendințelor consumatorilor.

România se află **pe primul loc în Europa de Sud-Est** la consumul de paste, cu o medie de peste 130 de porții comandate pe oră.

BURGER

Deși carnea de vită rămâne baza preferată pentru burgeri, clienții caută tot mai des **ingrediente premium** – vită Wagyu, brânză Brie, pancetta sau gem de bacon. În paralel, cererea pentru **burgeri vegetali** este în creștere rapidă, cu peste **60% față de anii anteriori**.

În ceea ce privește topping-urile, consumatorii preferă **sosurile speciale**, făcute în casă, și combinațiile pe bază de brânză. **Rucola** devine o alegere populară, înlocuind treptat salata verde, iar sosul tartar aduce o notă mediteraneană burgerilor.

Cele mai comandate sortimente rămân burgerii de pui, urmați de cheeseburgeri și burgerii de vită clasică. Un trend ascendent îl reprezintă **smashed burger**, care câștigă rapid teren în preferințele consumatorilor.

FAST FOOD & FOOD TRUCKS

Piața de fast-food din România a crescut considerabil în ultimii ani și rămâne într-o ascensiune constantă datorită flexibilității: capacitatea de a se adapta rapid la tendințe și de a experimenta cu noi oferte. Generațiile tinere sunt atrase în special de food-truck-uri pentru preparatele vizual atractive, „Instagramabile", și pentru experiența propriu-zisă, mai ales în cadrul festivalurilor. În același timp, lanțurile tradiționale de fast-food își mențin popularitatea datorită **accesibilității și consistenței**, atrăgând clienți din toate categoriile demografice.

Privind spre 2026, se preconizează o creștere a interesului pentru **preparate rapide, dar sănătoase**. Lanțurile de fast-food își vor extinde oferta de mese pe bază de legume și opțiuni flexitariene, punând accent pe ingrediente provenite din surse sustenabile. În plus, se dezvoltă categoria de **mic dejun și gustări disponibile pe tot parcursul zilei** – burrito, mini burgeri sau produse pe bază de cafea câștigă teren. Totodată, opțiunile personalizabile și de împărțit rămân esențiale, clienții dorind să combine ingredientele după propriile preferințe.

Lanțurile de fast-food și food-truck-urile se completează reciproc: unele food-truck-uri de succes se extind în rețele cu mai multe locații, în timp ce brandurile consacrate de fast-food lansează food-truck-uri pentru a-și crește vizibilitatea la evenimente și festivaluri.

TENDINȚE GENERALE DE CONSUM

- Clienții caută conveniență și rapiditate – drive-thru, precomenzi prin aplicații, plăți rapide
- Interes crescut pentru mâncare internațională – tacos, bao buns, gyros, shaorma
- Dorința de personalizare – alegerea topping-urilor sau a sosurilor
- Cerere pentru opțiuni mai sănătoase – burgeri și wrap-uri pe bază de legume, salate, pui la grill
- Consumatorii apreciază ambalajele ecologice care mențin mâncarea proaspătă
- Preferință pentru ingrediente locale
- Interes pentru oferte speciale pe perioade limitate și programe de loialitate
- Exigență sporită la nivel de igienă și calitate, atât a ingredientelor, cât și a locației
- Prezența la evenimente, festivaluri și târguri de mâncare

ADAPTAREA MENIULUI ÎN FUNCȚIE DE TENDINȚE

- Creează signature dishes care definesc identitatea brandului
- Introdu preparate pe bază de legume **(ex: hummus, coleslaw)**
- Integrează preparate românești reinterpretate – **mititei cu muștar, mămăligă cu smântână, șnițel**
- Păstrează în meniu categoria de comfort food – **cartofi prăjiți cu sos, hot dogs, mac & cheese**
- Oferă deserturi stradale – **churros, înghețată prăjită, mochi**
- Propune porții mici și meniuri combo – **mini burgeri, platouri mexicane**
- Valorifică preparatele emblematice:
  - Fast-food: **burgeri, pizza, cartofi prăjiți, milkshake-uri**
  - Food-truck: **burrito, tacos, bao buns, churros**
- Include opțiuni în trend, precum smashed burger
- Adu în meniu street food internațional – **coreean, japonez, mexican, indian**

PLATING

- Folosește ambalaje colorate și ecologice, ușor de utilizat pentru take-out și livrare
- Mizează pe materiale biodegradabile sau reciclabile pentru servire
- Asigură-te că mâncarea arată apetisantă chiar și într-un context informal
- Organizează preparatele astfel încât să fie ușor de transportat și consumat
- Joacă-te cu straturile și texturile la burgeri, cartofi prăjiți, sosuri sau garnituri

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Sandwich cu steak de vită, provolone, maioneză cu chorizo, sos chimichurri și salată rucola

Timp de preparare: 60 min. | 10 porții | 300 g/porție | ~35 lei/porție

- Antricot de vită proaspăt Argentina - 1.8 kg
- Brânză provolone - 1 kg
- Salam chorizo - 300 g
- Maioneză - 500 g
- Pătrunjel - 300 g
- Usturoi - 100 g
- Ulei de măsline extravirgin - 0.3 ml
- Ardei iute - 100 g

Lămâie - 200 g

- Rucola - 500 g

Baghetă albă - 10

- Unt 82% grăsime - 300 g

Sare - 50 g

- Piper - 50 g

Antricotul de vită se porționează în bucăți de 180 g, se asezonează cu sare și piper, apoi se gătește pe grătar astfel încât să fie medium la mijloc.

Pătrunjelul, ardeiul și usturoiul se toacă foarte mărunt și se amestecă cu ulei de măsline, sare, piper și suc de lămâie, obținându-se sosul chimichurri. Salamul chorizo se prăjește în tigaie și se amestecă cu maioneza pentru a forma o pastă aromată.

Bagheta se taie pe jumătate, pe lungime, se unge cu unt și se prăjește pe grătar până devine crocantă. Astfel, jumătatea inferioară a baghetei se unge cu maioneza cu chorizo, se adaugă salată rucola, carnea de vită tăiată fâșii subțiri, peste care se pun 3 felii de provolone și o lingură de chimichurri.

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Pulled pork quesadilla cu varză, sos dulce-picant, brânzeturi și sos de ardei copți

Timp de preparare: 10 ore | 10 porții | 300 g/porție | ~20,45 lei/porție

- Foi de tortilla - 20
- Ceafă de porc proaspătă România - 2 kg
- Cheddar felii - 500 g
- Boia dulce - 50 g
- Usturoi pudră - 50 g

Vin alb - 0.5 ml

- Varză albă - 300 g
- Varză roșie - 300 g
- Sos sweet chilli - 0.3 ml
- Ardei copt - 200 g
- Ulei de măsline - 0.1 ml
- Sos barbeque - 0.6 ml
- Chives - 30 g

Carnea de porc se marinează cu boia, usturoi și vin, apoi se coace la cuptor timp de 10 ore la 130°C. După coacere, carnea se rupe în bucăți și se amestecă cu sos barbeque.

Pe una dintre foile de tortilla se pune cheddar ras, peste care se întinde carnea pe toată suprafața. Se acoperă cu a doua foaie de tortilla și se pune pe plită până când se rumenește uniform.

Varza se toacă mărunt și se amestecă cu sare și puțin ulei de măsline. Ardeiul copt se pune într-un blender împreună cu ulei de măsline și se blenduiește până devine foarte fin. Deasupra se presară puțin chives tocat mărunt.

METRO CHEF - INGREDIENTELE SUCCESULUI ÎN BUCĂTĂRIE!

De la legume și fructe proaspete, la pește și fructe de mare atent selecționate, lactate create urmând rețete autentice, alimente de bază și produse semipreparate gata de servire, METRO Chef asigură eficiența și consistența de care ai nevoie în restaurantul tău!

Produsele METRO Chef înseamnă și:

Economisirea de timp
Produsele pregătite parțial reduc timpul necesar pregătirii alimentelor, permițând astfel bucătarilor să se concentreze pe aspecte mai creative ale procesului culinar.

Consistență
Produsele gata porționate asigură consistență în ceea ce privește calitatea și gustul.

Reducerea risipei
Cantitățile porționate ajută la reducerea risipei alimentare, deoarece se utilizează doar cantitatea necesară pentru fiecare porție.

Flexibilitate
Aceste produse oferă flexibilitate în meniu, permițând restaurantelor să răspundă rapid cererilor clienților

Eficiență operațională
Utilizarea produselor porționate ajută la optimizarea proceselor din bucătărie și la reducerea timpului de așteptare al clienților.

METRO
Chef
CHERRY TOMATO
100%
EXTRA VIRGIN
OLIVE
OIL
GRANA
PADANO
1000 g
CHANTERELLES
1 kg
DEUTSCHER
RUCOLA

SFATURI ESENȚIALE PENTRU MENIURI FĂRĂ ALERGENI

Opțiunile de preparate fără alergeni pentru persoanele cu alergii alimentare pot atrage clienți noi care altfel ar fi evitat vizitarea restaurantului din cauza restricțiilor dietetice.

Realizarea unui meniu fără alergeni presupune planificare atentă, cunoștințe despre alergenii alimentari prezenți într-o bucătărie și o abordare dedicată pentru a asigura siguranța și satisfacția clienților cu nevoi dietetice speciale. Acest lucru îți poate aduce o serie de beneficii precum noi clienți și te poate diferenția de competiție.

Uite câțiva pași pe care îi poți urma:

Identifică alergenii
Conform Ordinului 201/2022, preparatele din meniu trebuie să conțină o listă a ingredientelor utilizate. Menționăm că este necesar ca orice ingredient ce depășește 20 de grame să fie adăugat în listă, cu informațiile nutriționale, valorile energetice, alergenii și aditivii pe care îi include.

Etichetare clară a alergenilor
Etichetează în meniu fiecare preparat cu o listă completă a alergenilor pe care îi conține.

Zonă și ustensile separate
În măsura în care este posibil, creează o zonă separată în bucătărie și folosește un set separat de ustensile pentru a evita contaminarea.

Instruiește personalul
Asigură-te că personalul restaurantului este instruit cu privire la alergenii alimentari și stabilește proceduri corecte de pregătire și preparare a meniurilor fără alergeni.

Opțiuni variate
Dezvoltă o gamă variată de opțiuni fără alergeni pentru a satisface nevoile dietetice ale clienților.

Actualizări regulate
Meniul fără alergeni trebuie actualizat periodic pentru a reflecta schimbările în rețete și ingrediente.

Conform unui studiu realizat în Statele Unite, aproximativ 1 din 13 copii are cel puțin o alergie la mâncare, cei mai comuni 8 alergeni fiind lapte, ouă, arahide, nuci, grâu, soia, pește și fructe de mare.

ALERGENI ȘI ÎNLOCUITORI

Alune sau Nuci
Înlocuitor: Semințe de dovleac sau floarea-soarelui, nuci de cocos sau semințe de susan.

Gluten (Grâu, Orz, Secară)
Înlocuitor: Făină de migdale, făină de ovăz fără gluten, făină de nucă de cocos.

Lapte
Înlocuitor: Lapte de soia, lapte de orez, lapte de migdale, lapte de cocos, lapte de ovăz.

Unt
Înlocuitor: Margarină vegetală sau unt de soia.

Iaurt
Înlocuitor: Iaurt pe bază de soia, migdale, caju sau mazăre.

Brânză
Înlocuitor: Brânză vegetariană sau vegană pe bază de caju.

Ouă
Înlocuitor: Sos de mere, banane, semințe de in sau chia măcinate, gelatină.

Soia
Înlocuitor: Fasole neagră sau năut în rețete, lapte de migdale sau de ovăz.

Pește sau Fructe de Mare
Înlocuitor: Tofu marinat sau alte proteine vegetale.

Sulfite (Gaze sau Conservanți)
Înlocuitor: Aromatizanți naturali, arome din plante sau sucuri naturale.

Mustardă
Înlocuitor: Ierburi aromatice sau mirodenii, în funcție de rețetă.

Semințe de susan
Înlocuitor: Semințe de floarea-soarelui, de dovleac sau nuci.

Arahide
Înlocuitor: Semințe de dovleac sau de floarea-soarelui.

METRO

PUB& BISTRO

Consumatorii aleg frecvent pub-urile și bistro-urile pentru **atmosfera relaxată, stilul urban și vibe-ul social**. Sunt opțiuni atractive pentru întâlniri după program, brunch-uri de weekend sau gustări târzii. Preferințele se îndreaptă tot mai mult spre **comfort food și băuturi artizanale**.

Meniul unui pub sau bistro include, de obicei, băuturi tradiționale și mâncăruri clasice precum burgeri, fish & chips, pizza, sandvișuri sau cartofi prăjiți. Tot mai des apar și platourile „sharing" în stil tapas, iar meniurile includ frecvent opțiuni vegetariene sau flexitariene pentru a răspunde cererii crescânde de alternative pe bază de plante.

Băuturile completează experiența: beri craft, cocktail-uri semnătură și, din ce în ce mai mult, inovații fără alcool, cum ar fi mocktail-urile sau limonadele de casă.

Privind spre 2026, pub-urile și bistro-urile vor pune accent pe **ingrediente locale și regionale**. Se preconizează o **fuziune creativă între influențele street food și gusturile românești**. În același timp, sustenabilitatea va deveni centrală, cu practici „zero waste".

TENDINȚE GENERALE DE CONSUM

- Consumatorii apreciază comfort food reinterpretat – preparate clasice aduse la nivel premium prin ingrediente sau tehnici sofisticate
- Se caută băuturi artizanale (beri craft, vinuri românești, cocktail-uri) și pairing-uri cu mâncarea
- Conceptul de casual dining atrage clienți prin echilibru între atmosferă relaxată, calitate și preț
- Interes pentru opțiuni mai sănătoase – salate, preparate la grătar
- Popularitate în creștere pentru platouri tapas de împărțit
- Deschidere spre arome internaționale – latino-americane, mediteraneene, asiatice
- Preferință pentru produse locale și reducerea risipei alimentare
- Burgeri și sandvișuri „supercharged" – mai multe straturi, combinații surprinzătoare
- Cerere pentru asocieri dulce-sărat și pizza cu ingrediente atipice
- Interes pentru seri tematice – jocuri, stand-up, muzică live

ADAPTAREA MENIULUI ÎN FUNCȚIE DE TENDINȚE

- Păstrează preparatele clasice **(burger, fish & chips, salată)**
- Reinterpretează mâncărurile tradiționale **(ex: carne de porc gătită lent, trufe)**
- Include opțiuni fără gluten, vegetariene sau low-calories **(ex: salată Caesar, burger vegan)**
- Propune specialități zilnice sau săptămânale **(ex: vinerea cu pește)**
- Adaugă recomandări de pairing pentru fiecare preparat
- Meniu concis, dar variat, care să se poată actualiza ușor
- Folosește ingrediente locale, evită plasticul și alege ambalaje compostabile
- Dezvoltă cocktail-uri originale și oferă promoții tip „Happy Hour" sau programe de fidelizare

PLATING

- Plating rustic, pe platouri din lemn, tigăi din fontă sau farfurii ceramice
- Preparate apetisante și colorate, cu ierburi și legume proaspete pentru accent
- Porții echilibrate; evită supraîncărcarea farfuriei
- Microplante și sosuri decorative pentru contrast și textură
- Burgerii și cartofii pot fi serviți în coșuri mici sau conuri metalice, cu sosurile alături

METRO

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Frigăruie de caracatiță cu maioneză cu avocado și salată de fenicul

Timp de preparare: 3 ore | 10 porții | 250 g/porție | ~32 lei/porție

- Caracatiță proaspătă - 3 kg
- Ceapă albă - 500 g
- Țelină - 500 g
- Piper boabe - 50 g
- Ouă - 3
- Ulei de floarea soarelui - 1 L

Lămâie - 500 g

- Avocado ready to eat - 500 g
- Fenicul - 600 g
- Ulei de măsline extravirgin - 300 ml

Caracatița se curăță și se pune la fiert într-o oală cu apă rece, împreună cu ceapa, țelina și boabele de piper. Se fierbe aproximativ 45–50 de minute la foc mic, apoi se lasă la răcit în apa în care a fiert. După ce s-a răcit, se scoate, se taie bucăți și se înfige pe bețe de frigărui, apoi se gătește pe grătar până capătă o crustă ușor rumenită.

Se pregătește o maioneză din gălbenuș, zeamă de lămâie și ulei. Avocado se curăță, se pisează foarte fin și se încorporează în maioneză, formând o cremă omogenă.

Feniculul se taie fâșii foarte subțiri, se blanșează în apă fierbinte, apoi se răcește în apă cu gheață. După răcire, se amestecă cu ulei de măsline și zeamă de lămâie.

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Burger de vită cu sos cheddar, bacon crocant și cartofi rumeni

Timp de preparare: 45 min. | 10 porții | 450 g/porție | ~25 lei/porție

- Carne de burger Black Angus - 10
- Chifle brioșe - 10
- Bacon felii - 300 g
- Unt 82% grăsime - 800 g
- Cartofi albi pentru prăjit - 2 kg
- Cheddar - 800 g
- Lapte 3.5% grăsime - 500 ml
- Făină tip 000 - 100 g

Sare - 10 g

- Piper - 10 g
- Castraveți murați în oțet - 500 g
- Salată orientală mix - 100 g

Roșie - 200 g

- Ceapă albă - 500 g

Zahăr - 50 g

Jumătate din cantitatea de unt se topește într-o cratiță, se adaugă făina și se amestecă cu un tel, apoi se adaugă laptele și se lasă la foc mic să fiarbă aproximativ 3 minute. Se adaugă 500 g cheddar și se amestecă până când se topește complet, formând un sos cremos.

Cartofii se curăță, se taie cuburi mari, se stropesc cu ulei, sare și piper, apoi se pun la cuptor la 170°C timp de 40 de minute. Baconul se așază pe o tavă și se coace la 170°C timp de aproximativ 10 minute, până devine crocant.

Carnea de burger se pune pe grătar și se gătește pe ambele părți. Între timp, chiflele se ung cu puțin unt pe ambele părți și se rumenesc pe plită. Când carnea este aproape gata, se montează burgerul: pe baza chiflei se pune ceapa caramelizată, carnea, apoi o lingură de sos cheddar, o felie de brânză cheddar, 2 felii de bacon crocant, 2 felii de roșii foarte subțiri, 3 felii de castraveți murați și 10 g de salată. Se adaugă capacul burgerului și se servește alături de cartofii copți.

CAFENELE &BARURI

În 2026, cafenelele și barurile vor înregistra o cerere tot mai mare pentru **băuturi de specialitate** – cafele premium, ceaiuri artizanale și cocktail-uri craft. Proprietarii ar trebui să investească în meniuri de băuturi solide, echipamente de înaltă calitate și pregătirea personalului în tehnici moderne de mixologie și preparare a cafelei.

Meniurile au evoluat mult dincolo de ofertele tradiționale. Cafeaua de specialitate este acum un diferențiator-cheie: clienții se așteaptă la boabe de origine unică, metode alternative de preparare (V60, Chemex, cold brew) și barista bine pregătiți. Pe lângă cafea, crește cererea pentru **ceaiuri premium, limonade de sezon, sucuri presate la rece și băuturi pe bază de plante sau cu conținut redus de zahăr.** Oferta culinară, cândva limitată la gustări rapide, include acum **mic dejun all-day, tarte sărate, platouri de brunch și preparate internaționale ușoare** – avocado toast, shakshuka, sandwichuri artizanale.

În baruri, cererea pentru cocktail-uri craft este în creștere, cu accent pe creații originale, băuturi spirtoase premium și opțiuni cu alcool redus sau fără alcool. Segmentul de **mocktail-uri, cold brew cu tonic și băuturi fermentate** (kombucha, chefir) câștigă teren.

Design-ul meniului devine tot mai mult despre **asocieri food & beverage**: deserturi cu cafea, cocktail-uri gândite pentru preparate sezoniere. Experiența completă rămâne esențială: povești de origine accesibile prin coduri QR, playlist-uri atent alese, evenimente cu barista sau bartenderi și plating-uri „instagramabile" cresc implicarea clienților.

TENDINȚE GENERALE DE CONSUM

- Cultura cafelei: cafea de specialitate, boabe de origine unică, metode alternative (pour-over, AeroPress, cold brew)
- Interes pentru cocktail-uri craft și mixuri originale
- Cerere pentru băuturi sănătoase – smoothie-uri, sucuri fresh, kombucha, mocktail-uri, lapte vegetal
- Gustări și patiserie de calitate, integrate în experiența cafelei
- Preferință pentru produse locale și artizanale
- Ambianță „instagramabilă": băuturi și preparate vizual atractive, decor estetic
- Băuturi alcoolice infuzate cu ierburi sau fructe
- Atmosferă ambientală (muzică, iluminare, mobilier)
- Dorință de educație despre cafea – evenimente de degustare și experiențe cu barista

ADAPTAREA MENIULUI ÎN FUNCȚIE DE TENDINȚE

- Oferă o gamă variată de cafele **(espresso, cappuccino, latte, flat white, iced options, pour-over etc.)**
- Include băuturi „signature" cu ingrediente speciale **(ex: latte matcha cu cocos, latte cu alune și vanilie)**
- Extinde oferta cu băuturi non-cafea: **ceaiuri, sucuri fresh, limonade, matcha**
- **Propune cocktail-uri craft, mocktail-uri și băuturi originale**
- Diversifică meniul cu **patiserii (croissante, tarte), sandwich-uri gourmet, platouri mici (charcuterie, bruschete)**
- Integrează opțiuni sănătoase și vegane – **boluri poke, salate, platouri vegane**
- Preparate de tip brunch: **ouă Benedict, avocado toast, clătite, shakshuka**
- Oferă mic dejun toată ziua **(boluri de granola, sandwich-uri consistente)**
- Combo-uri cafea + patiserie/desert/sandwich
- Sezonalitate în topping-uri și arome **(dovleac toamna, fructe de pădure vara)**
- Posibilitatea de personalizare **(tipul de lapte, arome, topping-uri)**

PLATING

- Prezentare minimalistă și elegantă, cu accent pe băutură sau preparatul principal
- Elemente decorative „instagramabile" – flori uscate, fructe colorate, ierburi, paiuri din sticlă
- Contraste de culori și texturi pentru un efect vizual atractiv
- Servire creativă în pahare vintage, borcane de cupru, tăvi de lemn sau boluri
- Preparate stratificate, pentru un aspect modern și apetisant

METRO

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Sandwich cu ou poșat, salată verde, bacon crocant și mozzarella

Timp de preparare: 30 min. | 10 porții | 240 g/porție | ~18 lei/porție

Pâine albă - 1 kg

- Ouă - 10
- Avocado ready-to-eat - 5
- Bacon felii - 600 g
- Mozzarella Fior di Latte - 600 g
- Salată verde - 200 g
- Oțet - 10 ml

Sare - 10 g

- Unt 82% grăsime - 200 g

Roșii - 500 g

Pâinea se feliază, se prăjește și se unge cu unt topit.
Se pune apă la fiert cu oțet și puțină sare, iar când începe să fiarbă, se poșează ouăle astfel: ouăle se sparg separat, fiecare într-un vas mic individual. În cratița cu apă se formează un vârtej cu ajutorul unei linguri, apoi se scufundă ouăle, unul câte unul, pentru aproximativ 2 minute.

Baconul se pune la cuptor la 170°C timp de 10 minute, până devine crocant.

Pe fiecare felie de pâine se așază felii de mozzarella, baconul crocant, avocado tăiat felii, roșii tăiate felii subțiri și oul poșat, după care se decorează cu frunze mici de salată.

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

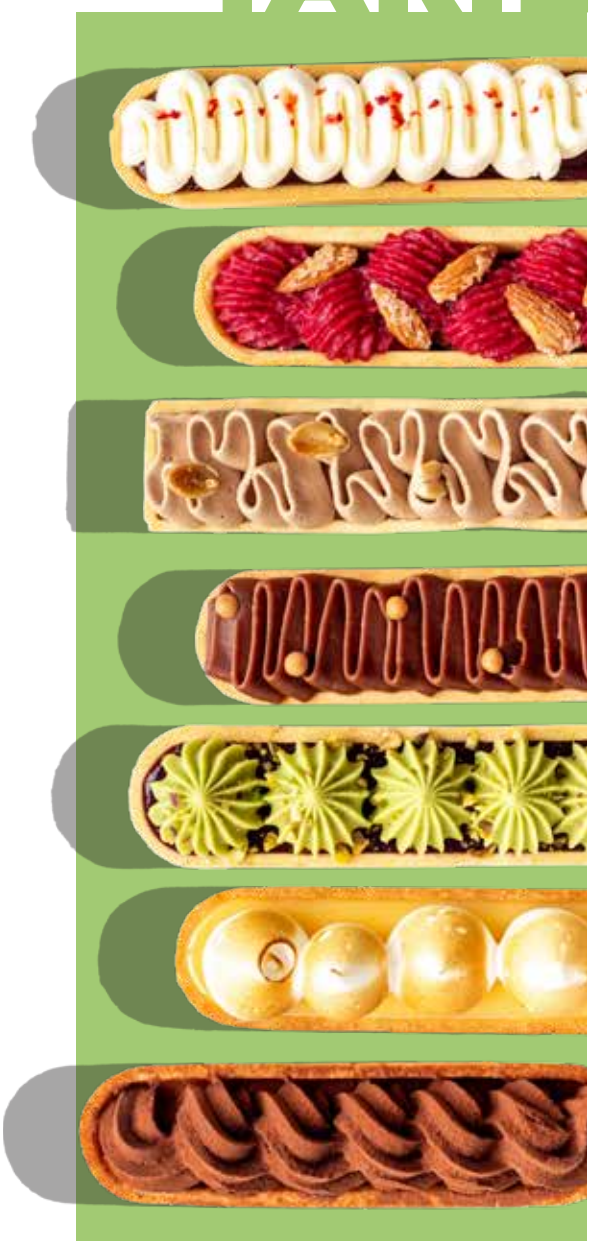
Toast cu ricotta, smochine și miere

Timp de preparare: 30 min. | 10 porții | 180 g/porție | ~11 lei/porție

Pâine integrală - 1 kg
Ricotta - 1 kg
Smochine - 750 g
Miere - 300 g
Unt 82% grăsime - 200 g
Fistic crud mărunțit - 300 g

Pâinea se prăjește și se unge cu unt. Ricotta se amestecă cu 100 g de miere, după care se întinde peste pâinea prăjită. Smochinele se taie felii și se așază deasupra, apoi se stropesc cu puțină miere și fistic prăjit.

COFETĂRIE



Există o oportunitate clară de a valorifica cererea tot mai mare pentru **deserturi sănătoase** – cu conținut redus de zahăr, fără gluten sau vegane. Parteneriatele cu cafenele și restaurante pentru distribuție en-gros pot deveni o strategie importantă de creștere, la fel ca dezvoltarea prezenței online, în special pentru comenzi de tip cadou sau takeaway.

Meniul unei cofetării moderne îmbină **produse clasice** – eclere, tarte cu fructe, prăjituri – **cu formate contemporane**, precum deserturi la pahar, torturi mousse, produse coapte pentru consum on-the-go sau porții individuale.

Deserturile tradiționale românești – cozonac, savarine, amandine, papanași – rămân populare, mai ales în weekend-uri și perioade festive, dar sunt adesea reinterpretate: texturi mai ușoare, topping-uri premium sau rețete cu mai puțin zahăr. În paralel, crește cererea pentru **specialități internaționale** – macarons, croissante, choux, cheesecake sau cookies americane, care atrag publicul tânăr și conectat la trendurile globale.

Privind spre 2026, cofetăriile se vor axa pe **povestea ingredientelor și pe producția artizanală**. Transparența în aprovizionare și alegerea unor ingrediente premium – unt românesc, fructe de sezon, ciocolată fair-trade – devin esențiale pentru diferențiere. Popularitatea **mini-deserturilor și sortimentelor pentru degustare** este în creștere, iar personalizarea devine tot mai importantă pentru evenimente, aniversări sau comenzi corporate cu branding inclus.

În același timp, eficiența operațională joacă un rol cheie: planificarea producției, folosirea semifabricatelor congelate în perioadele aglomerate și formate prietenoase cu livrarea, care să păstreze aspectul și textura deserturilor. Sustenabilitatea influențează puternic ambalarea: cutiile biodegradabile sau reutilizabile devin alegerea preferată, mai ales pentru deserturile oferite cadou.

TENDINȚE GENERALE DE CONSUM

- Interes pentru patiserii artizanale și produse proaspăt coapte (torturi, prăjituri, ciocolată)
- Creștere a cererii pentru dulciuri sănătoase (low-sugar, fără gluten, vegane, fără lactate)
- Preferință pentru ingrediente din surse sustenabile (cacao, zahăr, vanilie)
- Valorizarea ingredientelor locale – fructe, nuci, produse lactate
- Personalizare – topping-uri, umpluturi sau mesaje custom pentru ocazii speciale
- Popularitate pentru deserturi fusion – combinații din mai multe bucătării
- Creștere a interesului pentru miniaturi și platouri de degustare (mini cheesecake, macarons, eclere)
- Curiozitate pentru experimente de texturi – mousse-uri combinate cu nuci caramelizate sau crocante
- Cerere pentru opțiuni de degustare pentru grupuri sau evenimente
- Interes pentru candy bar și deserturi tematice (Crăciun, Paște, Valentine's, Mărțișor)
- Pachete promoționale tip combo (desert + băutură)

ADAPTAREA MENIULUI ÎN FUNCȚIE DE TENDINȚE

- Creează produse de patiserie și torturi „signature"
- Păstrează în meniu deserturile tradiționale românești (reinterpretate)
- Include deserturi clasice internaționale **(tiramisu, lava cake)**
- Propune deserturi inovative **(combinații unice, reinterpretări, „desertul anului")**
- Oferă opțiuni sănătoase **(low-sugar, vegane, fără gluten)**
- Introdu formate mini și bite-sized **(mini tarte, mini cheesecake)**
- Permite personalizare **(torturi de nuntă, biroșe tematice)**
- Valorifică fructele sezoniere și ingredientele locale

PLATING

- Folosește un plating elegant, cu farfurii fine sau detalii premium (margini aurii, porțelan de calitate)
- Adoptă un stil minimalist, cu linii fine de sos sau un praf de zahăr pudră
- Integrează detalii creative – flori comestibile, decoruri de fructe, tehnici de piping
- Evidențiază deserturile în straturi, unde compoziția și culorile se văd clar
- Creează prezentări pe înălțime, pentru un efect vizual spectaculos
- Surprinde clienții prin servire interactivă – turnarea unui sos cald la masă, deserturi în borcane sau căni

METRO

RECOMANDARE
GASTRONOMETRO

Cheesecake cu fistic, înghețată de ciocolată, Reducție de zmeură și crocant de ciocolată

Timp de preparare: 30 min. | 10 porții | 180 g/porție | ~22 lei/porție

Kataif crud - 200 g

Unt 82% grăsime - 100 g

Cremă de fistic - 350 g

Cremă de brânză - 600 g

Zahăr - 400 g

Gelatină - 15 g

Frișcă neîndulcită 32% grăsime - 620 ml

Ciocolată neagră menaj 72% - 240 g

Fistic crud decojit - 200 g

Înghețată de ciocolată - 400 g

Zmeură congelată - 500 g

Kataif-ul se zdrobește și se rumenește cu untul într-o tigaie antiaderentă, apoi se amestecă cu 150 g de cremă de fistic. Compoziția se așază într-o tavă cu fund detașabil și se lasă la frigider.

Gelatina se dizolvă în apă călduță. Crema de brânză se amestecă cu restul de cremă de fistic și cu zahărul, apoi se adaugă 500 ml de frișcă și se mixează până se omogenizează. Se adaugă gelatina, amestecând ușor cu telul, după care se toarnă peste kataif-ul din formă și se lasă la frigider.

Restul de frișcă se amestecă cu ciocolata și se topește într-o cratiță la foc mic, formând un ganache. Acesta se toarnă peste cheesecake și se lasă la frigider aproximativ 12 ore.

Zmeura se amestecă cu zahărul și se pune pe foc mic până când zahărul se topește și compoziția capătă consistența unei dulcețe.

RECOMANDARE GASTRONOMETRO

Desert cu texturi multiple: mousse de ciocolată, sorbet de fructe exotice și crumble de migdale

Timp de preparare: 30 min. | 10 porții | 200 g/porție | ~16,5 lei/porție

- Smântână pentru frișcă 32% grăsime - 1 L
- Lapte UHT 3,5% grăsime - 250 ml
- Ciocolată neagră 72% - 400 g

Gelatină - 24 g

Albuș ou - 150 g

Zahăr - 190 g

- Sorbet zmeură - 300 g
- Sorbet mango - 300 g
- Făină tip 000 - 400 g
- Unt 82% grăsime - 200 g
- Migdale prăjite - 100 g

Gelatina se dizolvă în laptele cald. Ciocolata se topește la bain-marie și se adaugă peste laptele cald cu gelatină.

Albușurile se bat cu zahărul până se obține o bezea, apoi se încorporează peste ciocolata topită. Frișca se bate bine și se adaugă treptat peste întreaga compoziție, amestecând cu o paletă de silicon foarte atent, pentru a păstra aerarea. Compoziția se toarnă în forma dorită și se lasă la frigider.

Făina se amestecă cu untul topit și se coace la cuptor timp de 15 minute la 160°C, până când se rumenește ușor. La final, se amestecă cu migdalele zdrobite, pentru a obține un strat crocant.

FISTIC
INGREDIENTUL ANULUI

De la deserturi rafinate până la preparate sărate cu accente gourmet, fisticul se anunță ingredientul-vedetă al anului 2026 în România.

De ce atrage atât de mult?

- Gustul său specific, ușor dulceag, cu note de unt, îl transformă într-un ingredient premium.
- Este extrem de versatil: apare în înghețată, creme de patiserie și prăjituri, dar și în pesto, sosuri pentru paste sau în crustă pentru carne și pește.
- Rezonează cu tendința consumatorilor de a alege ingrediente naturale, sănătoase și pline de culoare, fiind bogat în antioxidanți.
- Are o atractivitate vizuală aparte – boabele verde-smarald contrastează cu ciocolata și sunt perfecte pentru fotografiile de pe rețelele sociale.

Preparatele momentului cu fistic

- Croissant cu cremă de fistic
- Gelato de fistic
- Cannoli sicilieni cu fistic
- Panna cotta cu fistic și fructe de pădure
- Ciocolata „Dubai”
- Pesto de fistic pentru paste și bruschete
- Mușchi de porc sau somon în crustă de fistic

În restaurante, fisticul aduce un plus de eleganță și rafinament în plating. Iar pentru cofetării și cafenele, rămâne un magnet pentru clienți, datorită popularității deserturilor cu fistic viralizate pe social media.

MENIURI PENTRU COPII

Meniurile și preparatele create special pentru copii reprezintă o oportunitate de a crea experiențe culinare memorabile pentru cei mici și un mod de a crește numărul de clienți al restaurantului.

În linii mari, un astfel de meniu trebuie să ofere alimente sănătoase și delicioase, în porții potrivite, pentru a asigura un aport corect de nutrienți necesari în dezvoltarea corectă a copiilor.

Un alt factor important pentru meniurile de copii este flexibilitatea preparatelor, ce poate face diferența în ceea ce privește satisfacția nevoilor părinților și a copiilor.

Câteva sfaturi pe care să le iei în considerare:

Oferă porții ajustate

Mărimea porțiilor este esențială pentru copii, iar acest lucru te ajută și în eliminarea risipei de alimente. În general, meniurile trebuie să conțină porții mai mici, potrivite pentru nevoile lor de dezvoltare.

Prezentarea contează

Copiii sunt atrași de culori și de aspectul vizual al mâncării. Prezintă preparatele într-un mod atractiv, utilizând culori vii și forme interesante, pentru a le stimula curiozitatea și apetitul.

Meniuri interactive dedicate copiilor

Creează un meniu dedicat copiilor și include, pe lângă preparate și selecția de băuturi, jocuri, ghicitori, cărți de colorat sau informații interesante despre alimente.

Personalizarea preparatelor

Oferă opțiunea ca cei mici să își poată personaliza preparatele, alegând dintr-o listă de ingrediente predefinită.

Lista de băuturi

Asigură-te că meniul include și opțiuni sănătoase de băuturi, cum ar fi apă, sucuri naturale sau preparate pe bază de lapte.

Deserturi

Include și o mică selecție de deserturi sănătoase, cum ar fi fructe proaspete sau înghețată cu fructe.

Adaptarea meniurilor la ultimele tendințe din piață aduce numeroase avantaje pentru restaurante, ajutându-le să rămână relevante, să atragă noi clienți și să își consolideze baza de clienți deja existentă.

AVANTAJE

- Atrage interesul clienților în căutarea de noi experiențe culinare
- Stimulează loialitatea clienților
- Crește vizibilitatea online datorită tendinței publicului de a distribui pe social media preparatele în vogă
- Ajută la diferențierea față de concurență
- Creează o imagine modernă și o experiență culinară memorabilă
- Răspunde cerințelor pieței

DEZAVANTAJE:

- Trendurile culinare sunt efemere și se pot schimba rapid
- Dificultate în anticiparea cererii
- Necesită resurse financiare și operaționale suplimentare
- Poate fi dificilă menținerea consistenței preparatelor

SORTIMENTUL DE VESELĂ PROFESIONALĂ

Cu varietatea noastră exclusivă, toți clienții din HoReCa pot să își servească oaspeții cu gamele noastre de veselă. Clasice și robuste, sau moderne și inovative, pentru a răspunde nevoilor lor.

Scanează pentru a verifica gama completă de veselă profesională!

METRO